

# MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE

MES: Enero 2025

SAGRADA FAMILIA DE URGEL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Valoración
		1 <b>NAVIDAD</b>	2 <b>NAVIDAD</b>	3 <b>NAVIDAD</b>	VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0
6 <b>NAVIDAD</b>	7 <b>NAVIDAD</b>	8 Macarrones con salsa de tomate Flamenquines con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	9 Sopa de ave Albóndigas a la jardinera Yogur y pan integral	10 Alubias estofadas a la riojana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta de temporada y pan	VE: 3385/810 GT: 32 GS: 8 HC: 99 AZ: 22 PROT: 36 SAL: 2
13 Arroz con salsa de tomate Empanadillas de atún con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan	14 Sopa de fideos Tortilla francesa con menestra de verduras salteadas Yogur y pan	15 Coditos a la carbonara Ventresca de merluza con ajo y perejil con judías verdes salteadas Fruta de temporada y pan	16 Crema de verduras Lomo al horno con arroz pilaf Yogur y pan integral	17 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Salchichas con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	VE: 2939/703 GT: 20 GS: 5 HC: 100 AZ: 19 PROT: 31 SAL: 2
20 Crema de zanahoria Estofado de cerdo Fruta de temporada y pan	21 Casquete sevillano Merluza al ajoarriero con verduritas Yogur y pan	22 Sopa de pasta Hamburguesa al horno con patatas fritas Fruta de temporada y pan	23 Arroz a la napolitana Tortilla de patatas con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan integral	24 Patatas guisadas con carne (magro, cebolla, zanahoria) Varitas de merluza con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan	VE: 2923/699 GT: 24 GS: 5 HC: 92 AZ: 18 PROT: 31 SAL: 2
27 Sopa de cocido San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz Fruta de temporada y pan	28 Crema de calabacín Albóndigas a la hortelana Yogur y pan	29 Lentejas con chorizo (cebolla, zanahoria, pimiento, patata y pimentón) Tortilla francesa al horno con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta de temporada y pan	30 Espaguetis al ajillo Ventresca de merluza al horno con guisantes salteados Yogur y pan integral	31 Arroz tres delicias Pollo asado al jugo con pisto Fruta de temporada y pan	VE: 2933/702 GT: 22 GS: 6 HC: 89 AZ: 18 PROT: 35 SAL: 2